

ПСИХИЧЕСКИЙ СТАТУС И ВОЗМОЖНЫЕ ПОДХОДЫ К ЕГО ОЦЕНКЕ В КОНТЕКСТЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ОБ ИНДИВИДУАЛЬНОМ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА*

Н.В.Яковлева, М.М.Лапкин

Рязанский государственный медицинский университет
имени академика И.П.Павлова

Статья посвящена анализу проблемы психического здоровья человека. Авторами рассматриваются методологические аспекты понятия «индивидуальное здоровье человека», в прикладном аспекте обсуждается возможная структура модели индивидуального здоровья человека и принципы ее построения.

Понятие «индивидуальное здоровье человека» является одним из наиболее важных в научных дисциплинах, изучающих сущность человека [5, 7, 8, 12, 14]. Не вызывает сомнения и то, что это понятие является базовым для научных дисциплин, которые призваны его оценивать и предлагать меры к его укреплению, сохранению и восстановлению [2, 3, 10]. Речь идет о медицине, физиологии, психологии и других научных дисциплинах. Во многих работах отмечается, что до сегодняшнего дня не разработано общепринятой научной категории "индивидуальное здоровье человека" [7, 10, 14]. Экспертный комитет ВОЗ еще в 1968 году представил следующую трактовку этого термина: **"Здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков"**. Указанное определение в целом отражает сложность и многомерность данного явления, однако, следует согласиться с мнением ряда авторов в том, что оно носит общетеоретический характер [2, 10, 14]. Для эффективной деятельности специалистов-практиков, наряду с общетеоретическими построениями, необходимы определения индивидуального здоровья, носящие нормативно-оценочный характер [5, 14].

На сегодняшний день известно достаточно много различных авторских определений индивидуального здоровья, из которых, если обобщить их содержание, следует:

- здоровье является сложным, многомерным явлением [5, 10];
- большая часть современных авторов полагает, что наиболее продуктивной является адаптационная модель индивидуального здоровья, а адаптационные резервы могут служить количественной мерой уровня здоровья [2, 3];
- для диагностики индивидуального здоровья, как сложного, многомерного явления, следует привлекать системный подход [12].

Учитывая литературные данные и собственный многолетний опыт исследований в этой области, мы предлагаем трактовать этот термин следующим образом: **"Здоровье - это состояние организма человека, обеспечивающее его**

развитие, воспроизведение, эффективное приспособление к изменяющимся условиям окружающей среды (социальным, климатическим, биологическим и т.д.) и отражающееся в определенных характеристиках психической сферы, соматического статуса и наследственности". Следуя данному определению, мы сформулировали представление о модели индивидуального здоровья, включающей ряд блоков его характеристик: психических, соматических и генетических [7, 8] (см. рис. 1). В данной работе мы рассматриваем преимущественно структуру психического статуса индивидуального здоровья человека. При рассмотрении всех его аспектов эта схема более сложная.

Согласно нашим исследованиям [7, 8, 15, 16] психический статус в контексте исследования индивидуального здоровья - это интегральная нормативно-оценочная характеристика психической активности человека. С позиций системно-деятельностного подхода психический статус представляет собой не отдельные свойства и психические процессы, а структурную характеристику особой системы психологической компетентности человека в управлении собственным здоровьем - метакомпетентности.

Архитектоника метакомпетентности в основных компонентах должна совпадать со структурой управленческой деятельности по жизнеобеспечению, с другой, - соответствовать модели индивидуального здоровья. Структура метакомпетентности представляет собой иерархию психических **способностей жизнеобеспечения**, неравномерно и гетерохронно развивающаяся в процессе общения и деятельности. Психическая способность жизнеобеспечения – системный результат реализации психических функций, определяющих качество и длительность индивидуального бытия субъекта. Поэтому для построения модели психического статуса необходимо обратиться к структуре общих психических функций человека. В соответствии с традиционной для психологии типологией психических функций, структура психического статуса выглядит следующим образом:

- познавательные способности;
- коммуникативные способности;
- регуляционные способности;
- креативные способности [6].

Использование категории «способности» позволяет описать психические функции не просто как абстрактные характеристики, а как сферы компетенций субъекта. Выраженность психических функций у конкретного индивида - это результат синергетического взаимодействия биологических, социальных факторов и жизненного опыта человека, определяющего особенности его смысловой сферы. Кроме того, анализ способностей как системных характеристик освоения человеком жизненных компетенций, задает особую эвристическую форму их описания: продуктивность (количество результата, скорость выполнения функции), качество (соответствие результата требованиям), надежность (устойчивость характеристик результата во времени) [13].

¹ *Работа выполнена при поддержке РГНФ (грант № 04 – 06 – 53001 а/Ц)

Уровень индивидуального здоровья - системный результат процесса непрерывного жизнеобеспечения. Следовательно, индивидуальный уровень здоровья не является статической характеристикой, а зависит от специфики и динамики жизненных процессов: функционирования, адаптации и развития [7]. Уровень метакомпетентности личности, как системный результат системы психических способностей жизнеобеспечения, тоже не может быть представлен единой «срезовой» характеристикой. Для исследования динамического аспекта психического статуса уместно рассмотреть несколько характеристик:

- уровень психического развития - уровень, обеспечивающий данный уровень здоровья, жизненную продуктивность данной степени;
- адаптационный резерв психики - уровень устойчивости и диапазон изменений способностей жизнеобеспечения в проблемной ситуации;
- зона ближайшего развития психики - уровень развития жизнеспособностей данного человека при целенаправленном формировании, зона ближайшего развития способностей.

По сути, представленные уровни – сферы анализа психического статуса. Только совокупности этих «срезов» создает представление о психологических возможностях индивидуальной системы здоровья.

Уровень психического развития в нашей модели индивидуального здоровья - это уровень развития способностей по жизнеобеспечению. Это своеобразный «оперативный образ» психического здоровья, в котором содержатся оценка функциональных способностей, благодаря которым человек реализует свою жизненную программу в их сравнении с условной нормой. Условная норма - это минимальный уровень развития психических функций, который обеспечивает успешную психическую деятельность в ее познавательном, коммуникативном, регуляционном и креативном аспектах. Инструменты измерения данного параметра разработаны и успешно применяются в патопсихологических исследованиях личности. Интегральным показателем уровня развития способностей жизнеобеспечения будет являться характеристика системы способностей по показателям **продуктивности и качества целенаправленной деятельности человека**.

Адаптационные резервы психики определяет особенности уровня психического реагирования в ситуациях, связанных с повышенным уровнем функционирования организма. По существу речь идет о различных уровнях стресса. Адаптационный потенциал психики характеризует степень психической толерантности, устойчивости уровня продуктивности и качества способностей в ситуации нагрузок и эмоционального напряжения, компенсаторные возможности взаимопроявления способностей. Адаптационная устойчивость, в данном контексте, определяется как возможность повышения и снижения продуктивности деятельности под влиянием воздействующего фактора внутри допустимого диапазона. В данном случае она определяется как степень стабильности уровня проявляемых способностей в разных жизненных ситуациях, которая проявляется в показателе **надежности целенаправленной деятельности человека**. Рассматривая адаптационный диапазон выраженности способностей жизнеобеспечения, имеет смысл говорить только о нижнем пределе. Верхний адаптационный предел способностей исследован мало. Учитывая широчайшие компенсаторные возможности психики, наличие верхнего адаптационного предела – остро дискуссионный вопрос. Диагностировать характеристики адаптационного потенциала личности можно

только в экспериментальных условиях нагрузочного тестирования, при предъявлении испытуемым индивидуально стандартизированных нагрузок. Качественным, объективным показателем адаптационного потенциала личности мог бы служить экспериментально смоделированный уровень психической нагрузки, который выдерживает человек, сохраняя свой общий психический статус. Однако, в отличие от физиологического адаптационного потенциала, субъективность психического отражения не позволяет сравнивать уровень психической нагрузки разных людей. Но даже экспериментальное выявление индивидуальных психо-логических норм нагрузки не всегда возможно с профессионально-этической точки зрения.

Зона ближайшего развития психики в нашей модели индивидуального здоровья показывает зону ближайшего развития метакомпетентности, возможности повышения уровня развития способностей жизнеобеспечения в процессе целенаправленного формирования. Зона ближайшего развития, согласно Л.С. Выготскому определяется как уровень развития параметров возможный при оказании целенаправленной дозированной психологической помощи [4]. Потенциал развития - результат целенаправленного формирования способностей жизнеобеспечения – выступает как операциональная сторона метакомпетентности. «Функциональные механизмы «детерминированы онтогенетической эволюцией и природной организацией человеческого индивида. Операционные механизмы усваиваются индивидом в процессе воспитания, образования, общей социализации и носят конкретно-исторический характер» [1]. Диагностика потенциала развития не сводима к изолированному изучению возможностей развития отдельных жизнеспособностей. Как операциональная составляющая, она обладает инвариантностью компонентного состава в соответствии со спецификой психического состояния субъекта и целей деятельности и определяется как: **разнообразие и стилевая интегрированность психических способностей жизнеобеспечения.**

Диагностика потенциала развития в контексте теории метакомпетентности возможна в процессе организации целенаправленного обучения и тренингов, психокоррекционных процедур, индивидуально подобранных для данной личности.

Заключение

Психология здоровья – это относительно новое направление психологии, требующее интегрального подхода и формирования нового типа рабочих конструкторов, позволяющих описывать жизнедеятельность человека в целом с учетом всех ее составляющих (психической, соматической, генетической и т.д.). В своих более ранних работах, мы отмечали, что сложность исследований в данном направлении состоит в том, что центральное место в них занимает не формирование принципиально новых понятий, а попытка выстроить структуру модели индивидуального здоровья человека, увязать существующие понятия между собой и с помощью их построить модель системы его мониторинга. Авторы отдают себе отчет в том, что рассматриваемая проблема чрезвычайно сложна, а представленная работа – это только один из первых шагов в ее решении.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания.- М.: Наука, 1977.- 380с.

2. Баевский Р.М., Берсенева А.П. Оценка адаптационных возможностей организма и риск развития заболеваний.- М.: Медицина, 1997.- 236 с.
3. Баевский Р.М., Берсенева А.П., Максимов А.Л. Валеология.- Магадан, 1996.-56 с.
4. Выготский Л.С. Собр. соч. в 6 томах. Т2., М., 1982.
5. Дмитриева Н.В., Глазачев О.С. Индивидуальное здоровье и полипараметрическая диагностика функциональных состояний организма (системно-информационный подход).- Москва.-2000.-124 с.
6. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. М.,1995, 410 с.
7. Индивидуальное здоровье как базисное понятие валеологии / Строев Е.А., Лапкин М.М., Яковлева Н.В., Прошляков В.Д., Сауткин М.Ф.- Тез. докладов международной научно-практической конференции «Валеология: проблемы и перспективы развития».- Ижевск, 1998. – С.26 – 27.
8. Лапкин М.М., Яковлева Н.В., Прошляков В.Д. Методологические аспекты организации мониторинга здоровья студентов. // Труды межведомственного научного совета по экспериментальной и прикладной физиологии «Физиологические основы здоровья студентов», М.: 2001, т. 10, С. 174 – 181.
9. Мерлин В.С. Очерк интегрального исследования индивидуальности.- М.: Педагогика, 1986.- 256 с.
10. Разумов А.Н., Пономаренко В.А., Пискунов В.А. Здоровье здорового человека.- М.: Медицина, 1996.- 412 с.
11. Судаков К.В. Общая теория функциональных систем.- М.: Медицина, 1984. – 224 с.
12. Судаков К.В. Диагноз здоровья. -М.: ММА им. И.И.Сеченова, 1993.- 120 с.
13. Шадриков В.Д. Деятельность и способности. М.,1994.- 320 с.
14. Щедрина А.Г. Понятие индивидуального здоровья – центральная проблема валеологии. – Новосибирск: Изд. Новосиб. мед. ин-та, 1996.-50 с.
15. Яковлева Н.В. Здоровье как предмет психологических исследований. Рязань, 2004, -168 с.
16. Яковлева Н.В. Психологическая компетентность и ее формирование в процессе обучения в медицинском вузе (на примере деятельности врача). Автореф. канд. дисс. Ярославль, 1994. – 20 с.

MENTAL STATUS AND POTENTIAL APPROACHES TO ITS EVALUATION IN TERMS OF CONCEPTS OF INDIVIDUAL HEALTH OF HUMAN

N.V.Yakovleva, M.M.Lapkin

In the article the problem of mental health of a human is analyzed. Methodological aspects of the concept of individual health of a human are considered; a possible structure of the model of an individual human health and principles of its construction are discussed in an applied aspect.

